

„Fett macht nicht fett!“

Vortrag am Dienstag, 14.03.2017

im Vereinshaus des Laufftreff Petersberg



Unser Laufftreffmitglied Carmen Goldbach, ärztlich geprüfte Gesundheitsberaterin GGB, hält am Dienstag, den 14.03.2017, einen Vortrag zum Thema „Fett macht nicht fett!“.



Übergewicht bekommen wir nicht durch zu viel essen, sondern dadurch, dass wir zu wenig vom Richtigen essen. Die gängigen Diättempfehlungen können so nicht zu einem dauerhaften Erfolg führen, da sie nicht an den eigentlichen Ursachen des Übergewichtes arbeiten.

Hilfe bei der Überwindung dieses Teufelskreises bietet unsere ärztlich geprüfte Gesundheitsberaterin GGB und wird alle Fragen zum Thema umfassend beantworten.

Kleine Kostproben zur gesunden Lebensweise werden angeboten.

Der Vortrag findet im Vereinshaus des Waidesgrundstadion Petersberg statt.

Beginn ist 20.00 Uhr. Der Eintritt ist frei.

Alle Mitglieder und auch Gäste sind zu dieser Veranstaltung recht herzlich eingeladen.